

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

ИЩИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МАОУ «Гимназия № 5»

ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	34,06	245/18	11,41	14	36,86	320
ЧАЙ С САХАРОМ	2,04	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		17,86	17,3	76,17	532

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	46,06	285/27	13,27	16,52	42,88	373
ЧАЙ С САХАРОМ	2,04	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		19,72	19,82	82,19	585

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	23,95	60	0,7	6,42	2,74	71
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, С МЯСОМ	31,32	200/15	3,08	3,03	14,06	98
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	27,97	90(50/40)	15,6	8,57	14,52	198
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	8,79	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	13,68	200	1,04	0	30,96	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		30,02	28,07	122,28	857

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	39,92	100	1,16	10,07	4,57	114
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, С МЯСОМ	24,44	250/9	3,4	3,51	17,44	114
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	29,08	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	10,59	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	13,68	200	1,04	0	30,96	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		29,18	35,48	132,37	953

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	19,68	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,93	200	1,4	0,2	26,4	120
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	17,39	115	0,46	0,46	11,27	52
ИТОГО	65		15,16	4,26	49,57	468

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.